

実践的・体験的な学習活動を生かした食に関する指導の工夫

実践的・体験的な学習活動を生かす指導の工夫を行うためには、従来の学習活動を見直し、新しい教具の開発や題材構成・学習指導の工夫が必要となる。生活体験が少ない子どもたちに、知識と技術の定着を図るために、できるだけ食材にふれ、調理をさせる体験活動を授業で取り入れた。すべての活動につながりがもてるよう、題材構成や学習指導の工夫を行うことで、実際の生徒はよりスムーズに調理を行うことができた。

1. 研究の概要

食生活に関する基礎的・基本的な知識と技術を習得し、将来において自立的に生きる基礎を培うために、日常食の献立作成や調理などに関する実践的・体験的な学習を通して自ら学ぶ意欲や主体的に課題を解決する力をはぐくむことが必要である。そこで、食に関する基礎的・基本的な知識と技術を定着させるための題材構成や学習指導の工夫をする。

2. 実践について

(1) 題材名 (第2学年)

「食事作りに挑戦Ⅱ ～弁当作りを通して～」

(2) 題材目標

弁当作りの体験を通して、自分の食生活に関心を持ち、課題をもって日常食の調理などの活動について工夫し、計画を立てて実践し、食生活をよりよくしようとする意欲と態度を育てる。

(3) 育成したい力

- ①毎日食べる弁当に関心を持ち、意欲的に学習に参加し、自分の食生活をよりよくしようとする力
(関心・意欲・態度)
- ②食生活に関する課題をみつけ、その課題に応じた解決を目指して自分なりに工夫し食生活に生かそうとする力 (工夫・創造)
- ③弁当作りを通して、調理に必要な基礎的・基本的な技術を身に付け、日常食の調理ができる力 (技術)
- ④調理実験・実習を通して、調理に必要な基礎的・基本

的な知識を理解し、自分の食生活を考える力
(知識・理解)

(4) 指導計画 (全10時間)

学習課題(時間)	学 習 活 動
自分の弁当に注目しよう (2)	中学生の弁当の量を知る。 弁当の中身を考える。 模擬買い物体験をする。 実践1
どのハンバーグにしますか? (3)	調理実験の計画を立てる。 調理実験をする。 実践3 主菜(ハンバーグ)の決定をする。
オリジナル弁当を作ろう♪ (5)	献立決定をする。 分量を考える。 分量・分担を考える。 (実習前日放課後) 買い物体験をする。 実践2 調理実習をする。 弁当作りを振り返る。

【実践1 模擬買い物体験】(2/10時間)

模擬買い物体験では、食材(きゅうり・乾燥ワカメ)に関する情報を収集・整理し、選択させた(写真1)。その際、生徒の意識の変容を見取るために「個人で選ぶ食材」と「班で選ぶ食材」を分け、思考が途切れないように記入できるワークシートの工夫を行った。

また、スーパーマーケットで買い物をしている感覚に近づけるために、各班に1枚の食材の情報が掲載されているオリジナル広告を作成した。

【実践2 買い物体験】（9時間目の前日）

調理実習前日の放課後、班ごとに近くのスーパーマーケットで買い物体験を実施した。子どもたちは相談しながら、真剣に食材を見比べていた。スーパーマーケットには事前に訪問を知らせて協力を得た（写真2）。



写真1 模擬買い物体験

写真2 校外への買い物体験

【実践3 調理実験】（5/10時間）

弁当の主菜であるハンバーグをどの調理方法で実習するのか決めるために、調理実験を行った。（実験3）

(1) 学習課題 「弁当作りに挑戦しよう～ハンバーグの選択～」

(2) 学習目標

- ・調理実験を通し、それぞれのハンバーグの特徴を理解する。
- ・実験結果を分析することで、用途に応じた選択について考える。

(3) 指導に当たって

本時は、班ごとに主菜（ハンバーグ）の調理実験を行う。ここでは、実際に調理・観察・試食することでそれぞれの特徴を見つけさせる。ハンバーグは、「手作りハンバーグを焼く」「レトルト食品をゆでる」「冷凍食品を電子レンジで加熱する」の3つの条件で実験を行い、見た目、食感、味、調理時間などさまざまな観点で3つを見比べそれぞれの特徴を考えさせる。話し合い活動を通して、自分たちの弁当の主菜にどのハンバーグを選ぶか、用途に応じた食品や調理方法の選択ができる力を育てたい。

(4) 展開

- 1) 学習課題を確認する。（一斉 5分）
- 2) 調理実験をする。（グループ 20分）
- 3) 観察・試食する。（グループ 10分）
- 4) 結果をまとめる。（全体 7分）
- 5) 次時の確認をする。（一斉 3分）
- 6) 後片付けをする。（グループ 2分）

実験後、自分はどのハンバーグを選択するか考えさせ、その後、班としてはどのハンバーグを選択するのか相談させ、その結果を生かしてオリジナル弁当の献立作成を行う。子どもの感想には次のようなものがあった。「調理をして、3つのハンバーグはそれぞれ味が異なり、切った感触も異なっていた。値段やごみの

量、時間、味などを考えてどのハンバーグを選ぶのかを考えたい。」「手作りハンバーグは短時間で作れたけど、実際にお弁当を作るときはほかのおかずもあるので、レトルトや冷凍の方がすぐにできあがっていいのかなと思った」



写真3 調理実験の様子

3. おわりに

「D 身近な消費生活と環境」を他の内容と関連させて実践的に学ぶ題材構成の工夫として、模擬買い物体験と実際の買い物体験の2回を授業で取り入れたことは、生活体験の少ない子どもたちにとって貴重な体験となった。実際買い物に行き、実物の食材にふれることで、食材の特徴や鮮度などに関心を持ち考える生徒もいた。しかし、放課後校外への買い物体験を行った後は時間に追われ、自分たちが実際に選択した食材に向き合う時間がとれなかった。今後、見直す時間や話し合う活動が設定できると、さらに食材や食品選びの理解が深まると考える。

基礎・基本を定着させるための実践的・体験的な学習題材構成の工夫として、調理実験を行ったことで、食品の調理上の性質や調理方法、食品の特徴に関する理解が深まった。また、1年時に実習したハンバーグを主菜に選んだことで、繰り返し調理体験ができ、子どもたちは、スムーズに調理実験を行え、1年生の時



には味わうことが少なかった達成感を味わうこともできた。しかし、実験の気づきをお互いに共有させ、実感させるためにも、実験後の話し合いや練り合う時間を十分に確保しなければならないと考える。今後の研究を継続していきたい。